

УДК 159.9

ОСОБЕННОСТИ СУИЦИДАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ И ВАРИАНТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ

Сипиёва А.Н.

Аннотация: В данной статье детально разбираются причины суицидов у подростков, а также причины, способствующие нежеланию жить. Ясное представление об особенностях характера подростков с суицидальным намерением помогает определить группу риска и дальнейший план терапевтических процедур.

Ключевые слова: суицид, причины, подросток, профилактика.

FEATURES OF SUICIDAL BEHAVIOR OF ADOLESCENTS AND OPTIONS FOR PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE

Sipiyova A.N.

Abstract: This article examines in detail the causes of suicide in adolescents. As well as the reasons that contribute to the reluctance to live. A clear understanding of the characteristics of adolescents with suicidal intent helps to determine the risk group and further plan of therapeutic procedures.

Keywords: suicide, causes, teen, prevention.

По показателям ВОЗ на 2019 год степень суицида в России среди подростков приближается к критическому уровню (3-е место в мире). Количество суицидов в подростковой среде очень быстро растет. Изучение проблемы суицида среди молодежи показывает, что в целом ряде случаев подростки решались на самоубийство в целях обратить внимание родителей, педагогов на свои проблемы и протестовали таким страшным образом против бездушия, безразличия, цинизма и жестокости взрослых. Решаются на такой шаг, как правило, замкнутые, ранимые по характеру подростки от ощущения одиночества, собственной ненужности стрессов и утраты смысла жизни. Своевременная психологическая поддержка, доброе участие, оказанное

подросткам в трудной жизненной ситуации, помогли бы избежать трагедии. По данным официальной статистики от самоубийства ежегодно погибает около 2800 подростков в возрасте от 15 до 19 лет (данные за 2019 г.), и эти страшные цифры не учитывают случаев попыток к самоубийству.

Суицидной можно назвать любую внешнюю или внутреннюю активность, направляемую стремлением лишиться себя жизни. При заблаговременной диагностике внутренней активности суицидальный акт может быть предотвращен и не выйдет в план внешнего поведения.

Общей причиной суицида является социально-психологическая дезадаптация, возникающая под влиянием острых психотравмирующих ситуаций, нарушения взаимодействия личности с ее ближайшим окружением. Однако для подростков это чаще всего не тотальные нарушения, а нарушения общения с близкими, с семьей.

Дети-суициденты чаще лишены родительского внимания и заботы, в 75 % их родителей разведены или проживают отдельно, часто дети проживают в интернатах или с приемными родителями. Почти каждый, кто всерьез думает о самоубийстве, так или иначе, дает понять окружающим о своем намерении. Самоубийства, часто, не возникают внезапно, импульсивно, непредсказуемо или неизбежно. Они являются последней каплей в чаше постепенно ухудшающейся адаптации. Среди тех, кто намерился совершить суицид, от 70 до 75 % тем или иным образом раскрывают свои стремления. Иногда это будут едва уловимые намеки; часто же угрозы являются легко узнаваемыми. Очень важно, что 3/4 тех, кто совершает самоубийства, посещают врачей, психологов, педагогов, работников социальных служб, до этого по какому-либо поводу в течение ближайших недель и месяцев. Они ищут возможности высказаться и быть выслушанными. Однако очень часто врачи, соцработники и семья не слушают их.

Часто желания за и против суицида настолько уравновешенны, что если близкие в эти минуты проявят теплоту, заботу и проницательность, то весы могут наклониться в сторону выбора жизни. Поэтому очень важно знать во

время беседы с суицидальным человеком об особых ключах и предостерегающих признаках самоубийства.

Основные причины самоубийства подростков такие как:

- страх перед наказанием;
- психические заболевания;
- насилие в семье (эмоциональное, физическое);
- низкая самооценка;
- денежные потери;
- пресыщенность жизнью;
- физические болезни.

Тяжелая обстановка в семье и в близком окружении подростка трактуется многими авторами как один из важнейших суицидогенных факторов. Генеральная Прокуратура России указывает на статистику, в которой показано, что 62 % самоубийств – это следствие семейных конфликтов, непринятия, критики и насилия со стороны родителей, сложных отношений с учителями и одноклассниками. Ю.А. Перфилов в статье «Причины суицидального поведения в подростковом возрасте» также отмечает, что семейные конфликты являются основными причинами, приводящие подростка к суициду. Он выделяет следующие причины совершения самоубийства подростками:

- неблагополучие семьи;
- проблемы в учебном заведении;
- депрессия;
- аддитивное поведение;
- стресс;
- незрелость личности и определенные черты характера.
- потеря жизненных интересов;
- неумение переключаться на полезную деятельность;
- слишком авторитарные или наоборот, все позволяющие родители;
- стресс во время экзаменов.

Многие из черт, свидетельствующих о суицидальности, сходны с признаками депрессии. Ее основным симптомом является потеря возможности получать удовольствие и испытывать наслаждение от тех вещей в жизни, которые раньше приносили счастье. Поступки и настроение как бы выдыхаются и становятся безвкусными. Психика лишается сильных чувств. Человеком овладевает безнадежность, вина, самоосуждение и раздражительность. Заметно ослабевает двигательная активность или, наоборот, возникают приступы громкой, быстрой, порой беспрестанной речи, наполненные жалобами, обвинениями или просьбами о помощи. Часто бывают нарушения сна или волнообразная усталость. Психогенные причины депрессии часто связаны с потерей: утратой друзей или близких, здоровья или работы.

Одна из наиболее важных задач профилактики суицидов состоит в том, чтобы помочь определить источник психического дискомфорта. Это может быть трудным, поскольку «питательной средой» суицида является секретность. Наиболее подходящими вопросами для стимуляции дискуссии могут быть: «Что с вами случилось за последнее время? Когда вы почувствовали себя хуже? Что произошло в вашей жизни с тех пор, как возникли эти перемены? К кому из окружающих они имели отношение?» Потенциального самоубийцу следует подтолкнуть к тому, чтобы он идентифицировал проблему и, как можно точнее определил, что ее усугубляет.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Аракелов О.В. Интернет-зависимость у студентов: зависит ли тяга к глобальной сети от мотивационно-волевых качеств и пола // Интеллектуальные ресурсы – региональному развитию. – 2019. – Т.5, № 2. – С. 338-342. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41353678> (дата обращения 18.04.2020).
2. Бикнис В.В. Проблемы суицидального поведения в современной России // Интеллектуальные ресурсы – региональному развитию. – 2019. – Т.5, № 2. – С.353-356. – URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41353681>.
3. Хуажева Д.Д., Демкина Е.В. Глобальная проблема XXI века – суицид среди подростков и детей [электр. ресурс] //Новая наука: Проблемы и перспективы. – 2016. – № 121-2. – С.140-143. https://elibrary.ru/download /elibrary_28096564_34740884.pdf (дата обращения 20.04.2020).